

実習生が捉えた保育現場における戸外遊びの実施状況

佐藤 晶子

The situation of outdoor play recognized by student teachers at kindergartens

Shoko SATO

論文要旨

保育現場以外での戸外遊びが減少しつつある今、保育者が担う重要な役割について、保育者養成段階から課題意識を高めていくことが求められる。その第一段階として、本研究では、学生が教育実習（幼稚園）において戸外遊びに関してどのような経験をしてきたかを調べた。戸外時間の実施状況について振り返りをさせた結果、戸外遊びが行われている時間は、園によってばらつきがあり、全く行っていない園がある一方で、幼児期運動指針が掲げている望ましい一日の身体活動時間とされる60分以上を戸外遊びだけで満たす園もみられた。実習園によって学生が経験する戸外遊びには、少なくとも時間的には相当の幅があると考えられる。また、保育時間以外に戸外遊びを実施している園では、そうではない園よりも、保育時間内での戸外遊び時間が短かった。保育時間以外に戸外遊びを実施することによって、子どもが戸外で体を動かす時間を確保しようとしている可能性も示唆された。

キーワード：戸外遊び、実習生、時間

1. 問題と目的

幼児期における運動の意義は、体力・運動能力の向上だけではなく、生涯にわたる健康的で活動的な生活習慣の形成につながり、社会適応力や認知的能力にも影響を与えるとされている。文部科学省が平成19年度から21年度に実施した「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」¹⁾の結果、体を動かす機会の減少傾向が示唆され、幼児の体力や運動能力の低下が問題視されたことを受け、平成24年3月に幼児期運動指針が策定された。

幼児期運動指針では、「幼児は様々な遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく体を動かすことが大切」²⁾であるとしている。この60

分は、幼稚園や保育所等の保育現場だけではなく、家庭生活等での活動も含めた1日の生活時間全体の身体活動を指している。「60分」が掲げられた理由としては、先に述べた文部科学省の調査³⁾において、戸外遊びの時間が長い幼児ほど体力が高い傾向にあり、1日の戸外遊び時間が60分未満になると3割以上の子どもが低体力評価であったこと、さらには全体の4割を超える幼児は1日の運動時間または外遊び時間が60分未満であったためである。また、国外においても、世界保健機構（WHO）を始め、多くの国々で毎日合計60分以上の中強度の身体活動を推奨しており、世界的に標準的な目安であるといえる⁴⁾。

このことから、生活時間全体の身体活動の合

計が60分を超えるよう、保育現場では積極的に戸外遊びの機会を増やす取り組みが重要であると言えるだろう。

幼稚園教育要領、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園保育・教育要領においても、「健康」の領域に「進んで戸外で遊ぶ」という内容が設けられている。幼稚園教育要領解説には、戸外遊びの幼児の姿について、「室内とは異なり、戸外では、幼児は解放感を味わいながら思い切り活動することができ」、「興味や関心を喚起する自然環境に触れたり、思い掛けない出来事と出会ったりすることも多く、幼児は様々な活動を主体的に展開する。」⁵⁾と書かれている。

保育において戸外遊びを重視する理由について、田代⁶⁾は次の3点挙げている。第一に、保育現場以外で、現代の子どもたちにとって安心して戸外で遊べる環境が失われている現状である。これは、子どもの習い事の増加、交通量の増加や不審者等といった危険な環境、ゲーム機等の普及などを背景に、子どもの遊ぶ時間、空間、仲間の減少（三間の喪失）といった社会の変化が影響しているといわれている。第二に、戸外で様々な体を動かして遊ぶことは、身体諸機能を発達させることである。戸外遊びの減少に伴い、遊びの中で様々な動きを獲得する体験が減少している。これは、昨今の子どもの運動能力の低下の原因の一つともいわれている。第三に、戸外遊びには心が育つ場面が多く含まれていることである。明るい戸外に出ることで気持ちりが晴々したり、深呼吸したり、広い空間をみると走り出したくなるといった好奇心や意欲が自然と高まる。戸外での様々な遊びの中で、挑戦し、できるようになる喜びや達成感を味わうことができ、また、集団遊びを通して社会性や道徳性等を学ぶことができる。「健康」の領域では、心と体の両方の育ちを重視していることから、こうした子どもの内面の育ちにとっても戸外遊びには極めて重要な意義があるといえるだろう。

したがって、将来保育者を目指す学生が、幼

児の運動の重要性について問題意識を持ち、心身ともに充実した戸外遊びの援助の在り方について学んでいくことは必要不可欠である。保育現場における実習は、戸外遊びの状況を参与観察しながら、その在り方を学ぶ機会となる。そこで、本研究では、学生が教育実習（幼稚園）において戸外遊びに関してどのような経験をしてきたかを調べることを目的とし、今回はその第一段階として、戸外時間の実施状況について振り返りをさせた。

2. 方法

調査対象 A女子短期大学において、筆者が担当する「保育内容 健康」の授業（1クラス40名前後で構成、計3クラス）の受講者104名。

調査時期 20XX年6月。

調査内容と手続き 2年次教育実習（幼稚園）終了直後に、授業の一環として、実習を振り返らせた。その際、質問紙を配布し、①幼稚園の保育時間（10時～14時）に戸外遊びがどのくらい（分）行われていたか（日によってばらつきがある場合は、一週間を通しておおよその平均時間として尋ねた）、②それ以外の時間（保育時間の前後）に戸外遊びを行っていたかどうか、を尋ねた。

なお、回答前には、授業の一環として行うが成績とは無関係であること、個人名が公表されることはないこと、回答結果から個人情報特定されることはないこと、回答結果を研究で利用することとそれを拒否できることを説明した。

3. 結果

(1) 保育時間内における戸外遊び時間の状況

図1には保育時間内における戸外遊び時間の分布、表1には記述統計量を示した。30～60分が42園で最も多かったが、120分以上が13園ある一方で、0分が14園みられ、広範囲にわたっていた。60分以上は、44園（42.3%）であった。

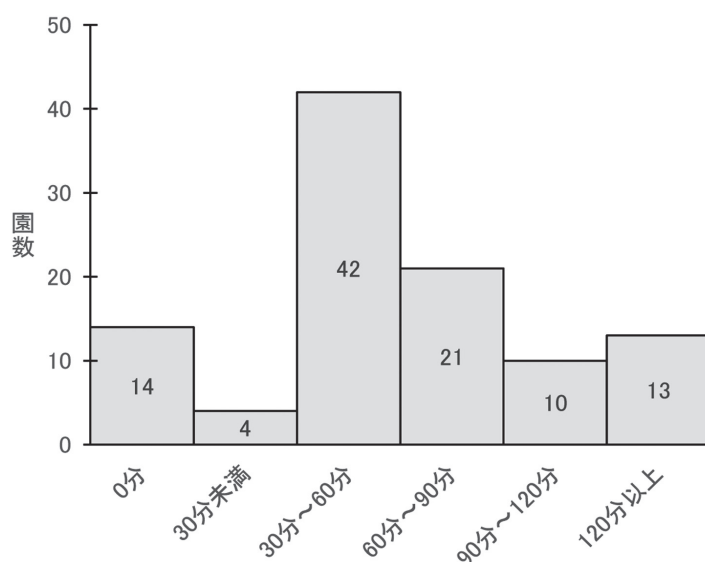


図1 戸外遊び時間の分布

表1 戸外遊び時間の記述統計量 (N=104)

最小値	最大値	平均値	標準偏差
0	150	53.7	38.5

表2 保育時間外での戸外遊びの実施状況

	実施なし	10時前のみ 実施	10時前と 14時以降実施
園数	63	34	7
%	60.6	32.7	6.7

(2) 保育時間外の戸外遊びの実施状況

保育時間外での戸外遊びについては、実施なし（保育時間内のみの実施）、10時前のみ実施、10時前と14時以降実施の3群に分かれた。表2は各群の園数とその割合を示したものである。 χ^2 検定の結果、園数に有意な偏りが見られた ($\chi^2_{(2)} = 45.26, p < .01$)。ライアンの名義水準を用いた多重比較によれば ($p < .01$)、すべての群間で有意差が認められた。実施なし群 (60.6%) は最も多く、次いで10時前のみ実施群 (32.7%) であり、10時前と14時以降実施群 (6.7%) は最も少なかった。

(3) 時間外実施状況による戸外遊び時間（保育時間内）の比較

保育時間外での戸外遊びに実施状況から分けた3群で、保育時間内の戸外遊び時間を比較した。表3は、各群の保育時間内の戸外遊び時間の平均値と標準偏差を示したものである。群を要因にした一要因分散分析の結果、群の効果は有意であった ($F(2,101) = 14.33, p < .001$)。TukeyのHSD法による多重比較の結果 ($p < .05$)、実施なし群は、他の2群よりも有意に多かった (図2参照)。10時前のみ実施群と、10時前と14時以降実施群の間には有意差は認められなかった。

表 3 各群の戸外遊びの時間（保育時間内）の平均値と標準偏差

	実施なし	10 時前のみ 実施	10 時前と 14 時以降実施
N	63	34	7
平均値	68.0	34.1	20.0
標準偏差	39.9	23.5	19.4

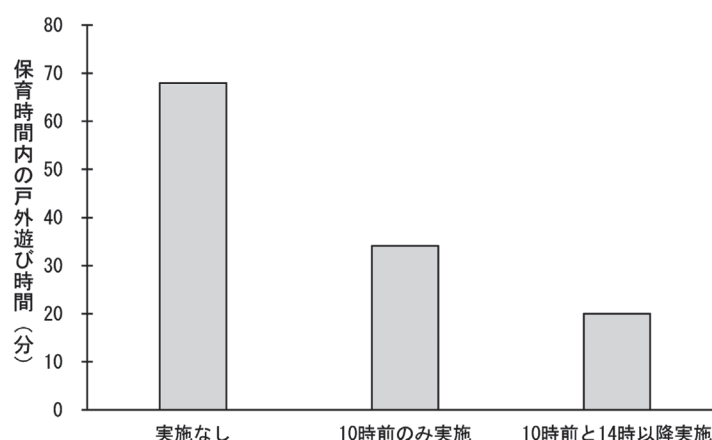


図 2 各群の戸外遊び時間（保育時間内）

4. 考察

(1) 調査結果より

今回の結果から、戸外遊びが行われている時間は、園によってばらつきがあり、全く行っていない園がある一方で、幼児期運動指針で目安とされる 60 分以上を戸外遊びだけで満たす園もみられた。また、10 時前の戸外遊びを実施している園は、そうではない園よりも保育時間中の戸外遊びが短い傾向にあった。このことから、保育時間以外に戸外遊びを実施することによって、子どもが戸外で体を動かす時間を確保しようとしている可能性が示唆された。しかしながら、幼稚園の場合、幼児全員が揃うのは午前 10 時から午後 14 時の 4 時間であり、この前後の活動は、経験できない幼児も存在することになる。また、降園後の 14 時以降に戸外遊びを取り入れている園もあるが、預かり保育（保

育計画内）に参加している子どもとそうではない子どもとの見極めが学生にとっては困難であったため、今回の分析からは除外した。いずれにしても、クラスの幼児全員が揃う保育時間内に、戸外遊びの時間をしっかりと計画していく必要があるだろう。

(2) 保育現場の声

保育現場は、失われつつある戸外遊びの機会を確保し、そこで得られる様々な経験を保障するためにも、子どもたちの興味や関心を戸外に向けていくための努力をしていく必要がある。この点について、保育現場にはどのような意識があるのだろうか。平成 26 年に群馬県総合教育センター幼児教育センターが、県内の 284 園の幼稚園、保育所、認定こども園の園長やクラス担任を対象に「幼児期における運動遊びに関

する調査」⁷⁾を実施した。「毎日 60 分以上楽しく体を動かすことへの意識と実践について」の回答では、実践している割合は約 80%であり、その具体的な実践の方法で最も多かったのは「外遊びや園庭遊びの推奨」であった。しかしながら、20%の園が実践できていないと回答し、その理由で最も多かったのは「行事で時間確保が忙しい」であった。このように、保育現場によっては、「自由遊びの不足」や「戸外遊びの時間確保が難しい」といった状況にあることがうかがえる。同調査で、幼児期運動指針についての認知を調べたところ、存在認知割合は約 75%であったが、内容認知割合は 30%に達しておらず、存在すら知らない割合も約 25%ということが示唆された。日々の保育の中で、決められた活動や行事のための練習等をこなすことが中心となり、その合間の戸外遊びといった現状では、本来育つべき子どもの心と体の健康を保障していくことはできない。保育現場以外での戸外遊びが減少しつつある今、保育者が担う重要な役割について、保育者養成段階から課題意識を高めていくことが求められる。

(3) 今後の課題と保育者養成

本研究の結果は、授業内で、学生にフィードバックした。学生にとっては、自分の実習園での経験が保育現場全体のイメージとして認識される傾向があるため、戸外遊びが 2 時間以上の園もあれば、0 分の園もあるという全く異なる結果に、非常に驚く様子が見られた。一方で、今回の調査では、30 分ごとに区切った範囲で質問したが、実際、戸外遊び時間 30 分と 60 分とを比較すると 2 倍となるため、子どもの運動量は大きく異なる。今後は、戸外遊びの内容も含め、さらに詳細な分析をしていく必要もある。

その他の留意点として、本研究はあくまで実習生が捉えたものであり、保育者の意図をすべてくみ取っているとは必ずしもいえない。とはいえ、実習園によって学生が経験する戸外遊びには、少なくとも時間的には相当の幅があると

考えられる。今後は、そうした経験の差が、学生が戸外遊びの援助の在り方を学ぶ上でどう影響するかを検討する必要がある。また、学生にとっては、こうした保育現場での実体験に基づくアクティブラーニングを重ねることにより、自らの保育観と照らし合わせながら、課題意識を高めていくことができると考える。こうした学びが、学生の将来の保育実践に活かされることに期待する。

引用文献

- (1) 文部科学省 (2011)「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究報告書」
https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/youjiki/index.htm (2019 年 12 月 19 日)
- (2) 文部科学省 (2012)「幼児期運動指針」
https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319771.htm (2019 年 12 月 19 日)
- (3) 再掲 (1)
- (4) 文部科学省 (2012)「幼児期運動指針ガイドブック」
https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319772.htm (2019 年 12 月 19 日)
- (5) 文部科学省 (2017)『幼稚園教育要領解説』文部科学省 pp.149
- (6) 田代幸代 (2015)『第 4 章 領域「健康」と保育の実践』河邊貴子・柴崎正行・杉原隆編『最新保育講座⑦ 保育内容「健康」』ミネルヴァ書房 pp.74-75
- (7) 群馬県総合教育センター 幼児教育センター (2015)「幼児期における運動遊びに関する調査」
http://www.nc.center.gsn.ed.jp/?action=common_download_main&upload_id=2983 (2019 年 12 月 18 日)